

Anak merupakan potensi tumbuh kembang dan pewaris masa depan suatu bangsa. Di seluruh belahan dunia, anak berperan penting terhadap pertumbuhan suatu negara karena apabila suatu negara memiliki anak-anak yang berpotensi tinggi, tentu negara tersebut akan maju sehingga tumbuh kembang anak juga harus menjadi perhatian semua pihak, baik orangtua, para guru, pemerintah, dan seluruh elemen masyarakat tanpa terkecuali. Sebagai bangsa, populasi anak di Indonesia cukup signifikan mencapai 34%. Jumlah tersebut, menurut Presiden Susilo Bambang Yudhoyono dapat menjadi potensi aset bangsa yang berharga untuk masa depan. Namun demikian, bila salah asuh, maka anak-anak tersebut bisa jadi beban di masa depan (Antaraneews, 2013). Maka dari itu, diharapkan semua orang terus berkomitmen dalam membangun generasi penerus bangsa yang sehat, cerdas, dan berakhlak mulia. Komitmen tersebut harus selalu dipegang teguh untuk membuat suatu bangsa menjadi bangsa yang besar sehingga dimulai dari pondasi yang kuat yaitu pada anak-anak. Untuk itu, anak patut diberikan pembinaan dan perlindungan secara khusus oleh negara dan undang-undang untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental maupun sosial.

Pemerintah telah membuat Undang-undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002 tentang perlindungan anak, yang antara lain mengamanatkan bahwa setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh, dan berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi (KPAI, 2013). Maka dari itu, semua pihak harus memberikan perhatian kepada semua anak-anak agar bisa mandiri, disiplin, kreatif, berinisiatif, cerdas, rajin, jujur, lincah bergaul, beragama, berpendidikan, memiliki moral yang baik, dan bermotivasi untuk maju. Tugas orangtua tidaklah semakin ringan terlebih di era global saat ini, dituntut untuk memberikan lingkungan sosial, pendidikan, dan tata pergaulan yang ramah bagi anak-anak sehingga dengan begitu anak-anak dapat tumbuh dan berkembang serta menyongsong masa depan yang cerah.

Pembinaan dan perlindungan oleh negara dan undang-undang untuk menjamin kesejahteraan anak berlaku juga bagi anak yang mengalami konflik dengan hukum. Di Indonesia, tidak sedikit jumlah anak yang berhadapan dengan hukum dan melibatkan mereka sebagai pelaku tindak kriminal seperti pencurian, pemerkosaan, narkoba bahkan pembunuhan yang disebut dengan 'anak nakal' dan menyandang gelar narapidana. Ada beberapa ditemukan kasus kriminal yang dilakukan oleh anak-anak di berbagai daerah, diantaranya pada pertengahan bulan November 2012, petugas keamanan stasiun Kota Bekasi, Jawa Barat, memergoki tiga bocah mencuri puluhan kilogram besi bantalan rel kereta. Ketiga anak berinisial M, RS, dan RH digelandang ke Polresta Bekasi Kota. Pada bulan Maret 2013, seorang anak dengan inisial FJ tertangkap tangan tengah membuka antena mobil Toyota Fortuner di Jalan Kampung Nias, Padang, Sumatra Selatan. Sedangkan di Gowa, Sulawesi Selatan, sekitar bulan Mei 2013, pengadilan negeri Sungguminasa menyatakan lima murid SD terbukti mencabuli teman sekolah mereka. Kelimanya dijatuhi 1,5 tahun penjara (Metrotvnews, 2013). Kasus-kasus ini merupakan segelintir dari ribuan kasus kriminal yang dilakukan oleh anak-anak di bawah umur.

Jumlah anak di bawah umur yang bermasalah dengan hukum dari tahun ke tahun semakin meningkat. Dari data yang dilansir oleh Arist Merdeka Sirait (ketua Komnas Perlindungan Anak) menyebutkan bahwa pada periode 2008/2009 ada sekitar 4.000 anak yang menjalani penahanan di 14 lapas di Indonesia. Sedangkan pada periode 2009/2010, sebanyak 1.258 kasus bocah-bocah yang ‘melanggar’ hukum. Pada periode 2010/2011 jumlahnya meningkat menjadi 7.000 lebih kasus anak yang berhadapan dengan hukum. Dari data tersebut, dalam kurun waktu 1 tahun, terdapat peningkatan jumlah anak yang berhadapan dengan hukum sebanyak 57,14%. Berdasarkan data yang didapatkan dari Direktorat Jenderal Pemasyarakatan, hingga Juni 2013 terdapat 2.209 tahanan anak, 3.541 orang narapidana anak, dan 1.238 klien anak yang menjalani pidana di lembaga pemasyarakatan dan rumah tahanan (Metrotvnews; Detiknews; & Antaraneews, 2013). Hal ini tentu sangat memprihatinkan bagi semua pihak.

Menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 11 tahun 2012 tentang sistem peradilan pidana bab 1 pasal 1 ayat 3 menyebutkan bahwa anak yang berkonflik dengan hukum yang selanjutnya disebut anak adalah anak yang telah berumur 12 tahun, tetapi belum berumur 18 tahun yang diduga melakukan tindak pidana. Namun secara psikologis, rentang usia tersebut termasuk dalam rentang usia masa remaja (*adolescence*) yaitu periode perkembangan transisi dari masa anak-anak hingga masa dewasa awal (Santrock, 2012). Menurut Erikson, pada masa transisi ini, individu dihadapkan dengan penemuan siapa mereka, bagaimana mereka nantinya, dan kemana mereka menuju dalam kehidupannya (Santrock, 2012). Pada masa inilah, seorang remaja bukan sekedar mempertanyakan siapa dirinya, tapi bagaimana dan dalam konteks apa atau dalam kelompok apa ia bisa menjadi bermakna dan dimaknakan. Dengan kata lain, identitas seorang remaja tergantung pula pada bagaimana orang lain mempertimbangkan kehadirannya karena lebih bisa dipahami mengapa keinginan untuk diakui, keinginan untuk memperkuat kepercayaan diri, dan keinginan untuk menegaskan kemandirian menjadi hal yang sangat penting bagi remaja terutama mereka yang akan mengakhiri masa itu (Agustiani, 2006). Namun, ketika para remaja ini telah selesai menjalani masa penahanan di lapas (lembaga pemasyarakatan) tentunya mereka akan mengalami penurunan kepercayaan diri karena telah mendapatkan julukan ‘anak nakal’ atau bergelar narapidana.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa adanya harapan dan ketakutan pada para napi lebih banyak tertuju pada pendidikan dan pekerjaan dibandingkan bidang lainnya (Yulianti, dkk, 2009). Beberapa masalah yang dimiliki dan sering menjadi konflik pribadi para mantan narapidana usia remaja antara lain, takut tidak diterima oleh lingkungannya, rasa malu bergaul untuk kembali pada lingkungannya, gangguan harga diri, dan masyarakat condong untuk menjauhi mereka. Suasana yang tak ramah ketika berada di dalam penjara dan konsep pemisahan dengan lingkungan sehari-hari akan menyebabkan mereka merasa mempersalahkan diri dan menajadi inferioritas, mengalami depresi serta merasa diri tak layak kembali ke masyarakat sehingga hal ini dapat menciptakan lingkaran residivis (masuk penjara lagi) (Yulianti, dkk, 2009). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Gusef (2011) juga menemukan bahwa terdapat kesulitan yang dihadapi oleh mantan narapidana setelah keluar dari lembaga pemasyarakatan, yaitu persoalan pada masyarakat yang sulit memberikan

kepercayaan pada mantan narapidana dengan memberikan pandangan penuh curiga serta rasa cemas karena takut para mantan narapidana ini melakukan tindakan kejahatan kembali, walaupun perubahan yang positif telah ditunjukkan oleh mantan narapidana tersebut. Selain itu, persoalan pada diri mantan narapidana itu sendiri, yaitu rasa minder dan malu yang mengakibatkan para mantan narapidana tersebut kesulitan dalam berbaur dan mengubah pandangan buruk masyarakat terhadap dirinya.

Para mantan narapidana usia remaja ini tidak akan tangguh dalam menghadapi tantangan hidup saat ia telah bebas apabila mereka tidak memiliki kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan atau resiliensi karena merasa diri mereka tidak berarti lagi. Resiliensi yang tinggi sangat dibutuhkan agar para narapidana remaja ini mampu bangkit dari keterpurukan dan dapat menjalani kehidupannya kembali secara normal untuk memenuhi kebutuhan pada masa perkembangannya. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi, dkk (2004) membuktikan bahwa ada hubungan yang negatif antara resiliensi dengan tingkat depresi. Apabila individu memiliki skor resiliensi tinggi, maka individu mempunyai skor depresi yang rendah, begitu juga sebaliknya. Hal ini menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki resiliensi tinggi akan mengurangi tingkat depresinya sehingga resiliensi dapat membantu para mantan narapidana usia remaja ini agar tidak mengalami depresi akibat permasalahan yang mereka hadapi.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi, salah satunya yaitu pemberian dukungan (Riddle & Romans, 2010). Menurut Gottlieb dalam *The Encyclopedia of Positive Psychology* (Lopez, 2009), dukungan tersebut didapat dari orang-orang di sekitarnya seperti keluarga, teman sebaya, maupun masyarakat sekitar atau yang biasanya disebut dukungan sosial. Seorang individu tidak akan berhasil menyelesaikan masalah jika tidak ada dukungan dari orang lain. Dukungan yang diberikan oleh orang-orang di sekitar para remaja mantan napi ini dapat memberikan dampak pada kondisi atau keadaan psikologis remaja tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Saputri & Indrawati (2011) menemukan ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan depresi yaitu semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah depresi yang dialami oleh seseorang. Dengan adanya dukungan sosial, individu tidak akan mengalami hambatan (stres) yang akan mengakibatkan depresi karena bila seseorang mempunyai orang lain untuk diajak bicara, dimintai nasehat dan simpati, dia akan menahan stres dalam menghadapi masalah-masalahnya di kehidupan sehari-hari. Sedangkan penelitian Kumalasari & Ahyani (2012) menunjukkan bahwa adanya keterkaitan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri, semakin tinggi dukungan sosial diterima seseorang maka semakin baik pula penyesuaian dirinya. Hal ini dapat menjelaskan bahwa dengan mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang di sekitar, maka para mantan narapidana usia remaja ini dapat mudah kembali untuk menyesuaikan diri di masyarakat.

Dukungan sosial timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang membantu apabila suatu peristiwa atau permasalahan terjadi dan bantuan yang diberikan tersebut dirasa dapat menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga

diri. Dukungan sosial bukan sekedar pemberian bantuan, tetapi yang penting adalah bagaimana persepsi si penerima terhadap makna dari bantuan tersebut. Hal itu erat hubungannya dengan ketepatan dukungan sosial yang diberikan, dalam arti bahwa orang yang menerima sangat merasakan manfaat bantuan bagi dirinya karena sesuatu yang aktual dan memberikan kepuasan (Kumalasari & Ahyani, 2012). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Anchour & Nor (2014) menemukan bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan resiliensi. Penelitian lainnya juga menunjukkan hal serupa, bahwa dukungan sosial secara signifikan mempengaruhi resiliensi (Wilks, 2008). Setiap informasi apapun dari lingkungan sosial yang menimbulkan persepsi individu bahwa individu menerima efek positif, penegasan, atau bantuan yang menandakan suatu ungkapan dari adanya dukungan sosial. Adanya perasaan didukung oleh lingkungan membuat segala sesuatu lebih mudah terutama pada menghadapi peristiwa yang menekan.

Pemberian dukungan biasanya diberikan oleh setiap orang pada kerabatnya atau bahkan orang yang tidak dikenal yang mengalami suatu keadaan atau peristiwa yang kurang menyenangkan, menyakitkan, atau menimbulkan keterpurukan (Reivich & Shatte, 2002). Dukungan dari sosial dapat memberikan perasaan nyaman, diperhatikan, dihargai, mendapatkan pertolongan bagi orang-orang yang mendapatkan dukungan sehingga dapat diperkirakan bahwa dukungan sosial juga mampu meningkatkan resiliensi seseorang, termasuk mantan narapidana usia remaja ini. Apabila mantan narapidana usia remaja ini mendapatkan dukungan sosial maka mereka diharapkan mampu menjalani kehidupan normal kembali sehingga mampu memunculkan motivasi berprestasi bahkan mampu berkompetensi sosial dengan baik.

Berdasarkan dari uraian di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada mantan narapidana usia remaja? Tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada mantan narapidana usia remaja. Adapun manfaat secara teoritis dari penelitian ini adalah mampu memberikan kontribusi baru mengenai informasi dan dapat memperluas wawasan dalam ranah ilmu psikologi sosial terkait resiliensi pada mantan narapidana usia remaja. Penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan informasi dan pengetahuan pada masyarakat khususnya bagi orangtua yang memiliki seorang anak mantan narapidana. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi para penegak keadilan serta pemerintah agar lebih memperhatikan dan memberikan dukungan pada para remaja ini sehingga mereka lebih mampu memperbaiki diri, bangkit dari keterpurukan, dan menjalani kehidupannya untuk mencapai cita-cita serta mengharumkan nama bangsa. Penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan informasi bagi pengadaan pelatihan atau lembaga sosial masyarakat agar dapat memberdayakan para remaja ini sehingga mereka mendapatkan gambaran masa depan yang lebih baik. Kontribusi penelitian ini adalah pada subyek yang menjadi sasaran penelitian yaitu mantan narapidana usia remaja karena pada penelitian-penelitian sebelumnya yang menggunakan variabel sama seperti penelitian ini jarang menggunakan subyek tersebut.

Resiliensi

Janas (2002) mendefinisikan resiliensi sebagai suatu kemampuan untuk mengatasi kesulitan, rasa frustrasi, ataupun permasalahan yang dialami oleh individu. Individu yang resilien akan berusaha mengatasi permasalahan dalam hidup, sehingga dapat terbebas dari masalah dan mampu beradaptasi terhadap permasalahan tersebut (Dewi, dkk, 2004). Sedangkan menurut Grotberg (1999) resiliensi merupakan kapasitas manusia untuk menghadapi dan menjadi kuat atas kesulitan yang dialaminya sehingga dapat mengatasi tekanan dalam hidupnya. Reivich dan Shatte (2002) yang dituangkan dalam bukunya "*The Resiliency Factor*" menyatakan resiliensi adalah kapasitas untuk merespon sesuatu dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma, terutama untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari. Resiliensi adalah hal yang penting ketika membuat keputusan yang berat dan sulit di saat-saat terdesak. Selanjutnya dijelaskan bahwa resiliensi merupakan *mind-set* yang mampu meningkatkan seseorang untuk mencari pengalaman baru dan memandang kehidupan sebagai proses yang meningkat. Orang yang resilien dapat menciptakan dan memelihara sikap positif untuk mengeksplorasi, sehingga seseorang menjadi percaya diri berhubungan dengan orang lain, serta lebih berani mengambil resiko atas tindakannya. Richardson, dkk (Henderson & Milstein, 2003) mendefinisikan resiliensi sebagai proses mengatasi masalah seperti gangguan, kekacauan, tekanan atau tantangan hidup, yang pada akhirnya membekali individu dengan perlindungan tambahan dan kemampuan untuk mengatasi masalah sebagai hasil dari situasi yang dihadapi.

Dari berbagai pengertian resiliensi yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dan tidak menyerah pada keadaan-keadaan yang sulit dalam hidupnya, serta berusaha untuk belajar dan beradaptasi dengan keadaan tersebut dan kemudian bangkit dari keadaan tersebut sehingga menjadi lebih baik.

Aspek-aspek Resiliensi

Menurut Benard (1991), resiliensi memiliki aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Kompetensi Sosial
Merupakan kemampuan seseorang untuk berinteraksi dengan orang lain di sekitarnya dengan cara mampu menanggapi atau merespon orang lain secara positif, fleksibel, memiliki empati dan kepedulian terhadap orang lain, serta memiliki kemampuan yang baik dalam berkomunikasi.
- b. Kemampuan Menyelesaikan Masalah
Merupakan kemampuan untuk merencanakan suatu hal untuk dikerjakan, mampu menentukan pilihan dengan tepat, berpikir secara fleksibel, memiliki imajinasi dan inisiatif atau wawasan serta dapat memberikan kritik dan saran atas pemecahan masalah.

- c. Otonomi
Seseorang memiliki identitas yang jelas dan berharga, *self-esteem* (harga diri) dan *self-efficacy* (kepercayaan diri), disiplin diri, kemampuan untuk berdiri sendiri, serta resisten.
- d. Kepekaan dalam Tujuan
Merupakan kemampuan untuk meyakini bahwa dirinya memiliki minat dan cita-cita untuk mewujudkan suatu tujuan demi masa depannya, antara lain kepentingan yang spesial, motivasi berprestasi, aspirasi pendidikan, harapan akan kesehatan, dan percaya terhadap sesuatu yang memaksa.

Karakteristik Resiliensi

Karakteristik Resiliensi menurut Wolin & Wolin (1999) adalah sebagai berikut:

- a. *Insight*
Insight merupakan kemampuan mental untuk bertanya pada diri sendiri dan menjawab dengan jujur. Hal ini untuk membantu individu untuk dapat memahami diri sendiri dan orang lain serta dapat menyesuaikan diri dalam berbagai situasi.
- b. Kemandirian
Kemandirian adalah kemampuan untuk mengambil jarak secara emosional maupun fisik dari sumber masalah dalam hidup seseorang. Kemandirian melibatkan kemampuan untuk menjaga keseimbangan antara jujur pada diri sendiri dengan peduli pada orang lain.
- c. Hubungan
Seseorang yang resilien dapat mengembangkan hubungan yang jujur, saling mendukung dan berkualitas bagi kehidupan atau memiliki *role model* yang sehat.
- d. Inisiatif
Inisiatif melibatkan keinginan yang kuat untuk bertanggung jawab atas kehidupan sendiri atau masalah yang dihadapi. Individu yang resilien bersikap proaktif, bukan reaktif, bertanggung jawab dalam pemecahan masalah, selalu berusaha memperbaiki diri ataupun situasi yang dapat diubah, serta meningkatkan kemampuan untuk menghadapi hal-hal yang tidak dapat diubah.
- e. Kreativitas
Kreativitas merupakan kemampuan memikirkan berbagai pilihan, konsekuensi, dan alternatif dalam menghadapi tantangan hidup. Individu yang resilien tidak terlibat dalam perilaku negatif, sebab ia mampu mempertimbangkan konsekuensi dari tiap perilakunya dan membuat keputusan yang benar.
- f. Humor
Humor adalah kemampuan untuk melihat sisi terang dari kehidupan, menertawakan diri sendiri, dan menemukan kebahagiaan dalam situasi apapun. Individu yang resilien menggunakan rasa humornya untuk memandang tantangan hidup dengan cara yang baru dan lebih ringan. Rasa humor membuat saat-saat sulit terasa lebih ringan.

g. **Moralitas**

Moralitas atau orientasi pada nilai-nilai ditandai dengan keinginan untuk hidup secara baik dan produktif. Individu yang resilien dapat mengevaluasi berbagai hal dan membuat keputusan yang tepat tanpa rasa takut akan pendapat orang lain. Mereka juga dapat mengatasi kepentingan diri sendiri dalam membantu orang yang membutuhkan.

Sumber-sumber Resiliensi

Menurut Grotberg (1999) ada beberapa sumber dari resiliensi yaitu sebagai berikut:

a. *I Have* (sumber dukungan eksternal)

I Have merupakan dukungan dari lingkungan di sekitar individu. Dukungan ini berupa hubungan yang baik dengan keluarga, lingkungan sekolah yang menyenangkan, ataupun hubungan dengan orang lain diluar keluarga. Melalui *I Have*, seseorang merasa memiliki hubungan yang penuh kepercayaan. Hubungan seperti ini diperoleh dari orang tua, anggota keluarga lain, guru, dan teman-teman yang mencintai dan menerima diri anak tersebut.

b. *I Am* (kemampuan individu)

I am merupakan kekuatan yang terdapat dalam diri seseorang, meliputi perasaan, tingkah laku, dan kepercayaan yang ada dalam dirinya. Mereka merasakan kebanggaan akan diri mereka sendiri. Individu yang resilien merasa bahwa mereka mempunyai karakteristik yang menarik dan penyangga sesama. Hal tersebut ditandai dengan usaha mereka untuk selalu dicintai dan mencintai orang lain.

c. *I Can* (kemampuan sosial dan interpersonal)

I Can merupakan kemampuan anak untuk melakukan hubungan sosial dan interpersonal. Mereka dapat belajar kemampuan ini melalui interaksinya dengan semua orang yang ada di sekitar mereka. Individu tersebut juga memiliki kemampuan untuk berkomunikasi serta memecahkan masalah dengan baik. Mereka mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan, mengendalikan perasaan dan dorongan dalam hati.

Fungsi Resiliensi

Beberapa penelitian telah menyatakan bahwa manusia dapat menggunakan resiliensi untuk hal-hal berikut ini (Reivich & Shatte, 2002):

a. *Overcoming*

Setiap manusia pasti menemui kesengsaraan atau permasalahan yang menimbulkan stres dan tidak dapat dihindari sehingga membutuhkan resiliensi yang biasanya dapat dilakukan dengan cara menganalisa dan mengubah cara pandang menjadi lebih positif serta meningkatkan kemampuan untuk mengontrol kehidupan sendiri sehingga dapat tetap merasa termotivasi, produktif, terlibat, dan bahagia meskipun dihadapkan pada berbagai tekanan di dalam kehidupan.

b. *Steering through*

Orang yang resilien akan menggunakan sumber dari dalam dirinya sendiri untuk mengatasi setiap masalah yang ada, tanpa harus merasa terbebani dan bersikap negatif terhadap kejadian tersebut. Orang yang resilien dapat memandu serta mengendalikan dirinya dalam menghadapi masalah sepanjang perjalanan hidupnya. Penelitian menunjukkan bahwa unsur esensi dari *steering through* dalam stres yang bersifat kronis adalah *self-efficacy* yaitu keyakinan terhadap diri sendiri bahwa kita dapat menguasai lingkungan secara efektif dapat memecahkan berbagai masalah yang muncul.

c. *Bouncing back*

Beberapa kejadian dapat bersifat traumatik dan menimbulkan tingkat stres yang tinggi, sehingga diperlukan resiliensi yang lebih tinggi dalam menghadapi dan mengendalikan diri sendiri. Kemunduran yang dirasakan biasanya begitu ekstrim, menguras secara emosional, dan membutuhkan resiliensi dengan cara bertahap untuk menyembuhkan diri seperti menunjukkan *task-oriented coping style* dimana mereka melakukan tindakan yang bertujuan untuk mengatasi kemandirian tersebut, mereka mempunyai keyakinan kuat bahwa mereka dapat mengontrol hasil dari kehidupan mereka, dan orang yang mampu kembali ke kehidupan normal lebih cepat dari trauma mengetahui bagaimana berhubungan dengan orang lain sebagai cara untuk mengatasi pengalaman yang mereka rasakan.

d. *Reaching out*

Resiliensi berguna untuk mendapatkan pengalaman hidup yang lebih kaya dan bermakna serta berkomitmen dalam mengejar pembelajaran dan pengalaman baru. Orang yang berkarakteristik seperti ini melakukan tiga hal dengan baik, yaitu: tepat dalam memperkirakan risiko yang terjadi; mengetahui dengan baik diri mereka sendiri; dan menemukan makna dan tujuan dalam kehidupan mereka.

Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (2011), dukungan sosial merupakan suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun kelompok. Ia juga berpendapat bahwa akan ada banyak efek dari dukungan sosial karena dukungan sosial secara positif dapat memulihkan kondisi fisik dan psikis seseorang, baik secara langsung maupun tidak langsung. Johnson dan Johnson (1991) mengemukakan dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan.

Rook (Smet, 1994) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial yang dianggap dapat memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal sehingga dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri, dan kompeten. Dukungan sosial juga didefinisikan oleh Gottlieb (Lopez, 2009) sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-

orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya sehingga secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.

Dari beberapa pendapat tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, informasi verbal atau non-verbal, saran, semangat, bantuan atau tingkah laku dari orang lain maupun kelompok terhadap penerimanya yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku sehingga secara positif dapat memulihkan kondisi fisik dan psikis karena merasa tenang dan lega telah diperhatikan, dicintai, mendapat saran atau kesan menyenangkan dan timbul rasa percaya diri, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Bentuk-bentuk Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial terdiri dari empat jenis yaitu:

- a. Dukungan emosional
Dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai, dan diperhatikan. Dukungan ini meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluhan orang lain.
- b. Dukungan penghargaan
Dukungan ini melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain.
- c. Dukungan instrumental
Bentuk dukungan ini melibatkan bantuan langsung, misalnya yang berupa bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu.
- d. Dukungan informasi
Dukungan yang bersifat informasi ini dapat berupa saran, pengarahan, dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan.

Dukungan Sosial dengan Resiliensi

Dalam kehidupan sehari-hari, seseorang yang menghadapi masalah dan tidak mampu menyelesaikannya biasanya rentan terkena stres. Stres yang dirasakan dapat menghambat aktivitas keseharian dan cenderung membuat seseorang merasa terpuruk akibat permasalahan yang dihadapinya. Oleh karena itu, dibutuhkan resiliensi yang merupakan suatu kemampuan untuk bertahan, mampu beradaptasi, dan tidak menyerah, sehingga dapat bangkit dari keterpurukannya.

Menurut Grotberg (1999) salah satu sumber resiliensi yaitu mendapatkan dukungan eksternal atau dari lingkungan sekitar. Dukungan sosial merupakan bentuk ungkapan emosional yang berfungsi melindungi seseorang dari efek negatif stres sehingga dukungan sosial bisa menjadi salah satu faktor untuk menurunkan stres. Sarason & Gurung (Taylor, 2009) mengatakan bahwa hubungan supportif secara sosial juga bisa

meredam efek stres, membantu orang mengatasi stres, dan menambah kesehatan. Dukungan sosial yang diterima dari orang terdekat seperti orang tua, anggota keluarga besar, teman sebaya, dan kerabat yang lainnya dapat menjadi hal penting yang dapat menolong seseorang untuk menghadapi permasalahannya.

Pada saat seorang yang sedang menghadapi suatu permasalahan mendapatkan dan merasakan dukungan sosial dari lingkungan sekitar, maka ia akan merasa bahwa banyak orang yang masih peduli terhadap dirinya, banyak orang yang tidak mengucil atau mengacuhkannya. Ia akan merasakan kepedulian dan kasih sayang, penerimaan, bimbingan, petunjuk, serta mendapatkan saran atau nasehat yang sangat dibutuhkan bagi dirinya. Ketika seseorang merasakan beberapa hal tersebut, maka kemampuan resiliensinya akan meningkat, akan tetapi apabila seseorang tersebut tidak merasakan adanya kepedulian dan kasih sayang dari lingkungan sekitarnya, perasaan didukung bahkan diacuhkan, maka hal ini dapat menyebabkan kemampuan resiliensinya menurun.

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan dengan resiliensi. Dukungan sosial dapat memberikan perasaan nyaman, diperhatikan, dihargai, dan mendapatkan pertolongan sehingga secara efektif mampu membuat seseorang menghadapi permasalahan yang sedang menimpanya serta bangkit dari keterpurukannya.

Hipotesis

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka hipotesis dari penelitian ini yaitu ada korelasi yang positif antara dukungan sosial dengan resiliensi pada mantan narapidana usia remaja. Semakin banyak dukungan sosial yang dirasakan, maka semakin tinggi kemampuan resiliensi pada mantan narapidana usia remaja.